Rezensionen von Buchtips.net

Ira König: Zitronengras und Rosenduft

Buchinfos

Verlag:	Jan Thorbecke Verlag (weitere Bücher von diesem Verlag zeigen)
Genre:	Sachbuch
ISBN-13:	978-3-7995-0237-5 (bei Amazon.de bestellen)
Preis:	13,00 Euro (Stand: 17. April 2024)

Die diplomierte Umwelt- und Gesundheitspädagogin, freie Food-Journalistin und Autorin Ira König war unter anderem für die Heinrich Bauer Media Group und das Verlagshaus Gruner und Jahr tätig. Bisher war mir ihr Name von diversen GU-Kochbüchern ein Begriff. Tatsächlich kamen seit 2009 unter anderem auch Bücher über den Klatschmohn-Verlag heraus. Oder über den Thorbecke Verlag. Ein Titel aus seinem Verlagsprogramm liegt gerade vor mir. Obwohl es nicht ums Essen geht, enthält es Rezepte und es darf fleißig gerührt oder geknetet und gewissermaßen abgeschmeckt werden. Gleich vorab: Zitronengras und Rosenduft ist eines der Bücher, das ich künftig sicher noch öfter zur Hand nehme, weil kleine Mitbringsel Freude bereiten und ich immer auf der Suche nach solchen bin. Die Autorin beschäftigt sich darin mit dem Thema Seife, Raumduft & Co. selber machen.

Die Gewichtung liegt dabei auf Seifenideen, die in Form von Kugeln, Pralinen, Blöcken, gegossen oder geknetet, als duftender Eyecatcher, Gebrauchsgegenstand oder als Kinderspielseife vorgestellt werden. Etwa gleich viele Seiten nehmen dann noch Anregungen für Massageöle, Badezusätze auf Meersalzbasis, Duschbäder, Potpourris und Duftsäckchen ein. Ganzseitige Fotos runden das Buch zusammen mit einem Register ab. Was mir auch sehr gut gefallen hat, ist, dass die Anleitungen nicht einfach schwarz auf weiß gedruckt wurden, sondern unterschiedlich farbig. Abbildungen kleiner Seifenblasen unterstreichen die liebevolle Aufmachung des Buches.

Egal worum es sich letztlich handelt: Allen umgesetzten Ideen gemeinsam dürfte neben der Freude am Nachmachen, am Verschenken oder beschenkt werden auch der olfaktorische Genuss und die positiven Auswirkungen auf unser limbisches System sein. Immerhin können Gerüche motivieren und die Stimmung aufhellen, beruhigen, entspannen oder beleben. Wir verbinden Emotionen damit. Sie können auch unser Gedächtnis unterstützen.

Optische Leckerbissen sind die Anregungen allemal, egal ob ein Farbstoff verwendet wurde oder nicht. Manches Foto im Buch, wie etwa das der Mandel-Tonkabohnen-Muffins, sieht so appetitlich aus, dass zu hoffen bleibt, dass niemand aus Versehen hineinbeißt. Anderes lässt sich auf Anhieb als Seifenstück identifizieren. Der Sinn einer Müsliseife hat sich mir zugegebenermaßen noch nicht so richtig erschlossen. Vielleicht verbirgt sich ja ein Peelingeffekt dahinter. Andererseits sind manche Seifen grundsätzlich zu schön, um einfach zum Händewaschen benutzt zu werden und dienen als duftende Deko.

Eine harmonische Abstimmung der einzelnen Rezepte verhindert, dass ein zu großes Geruchswirrwar entsteht. Obwohl Gerüche sehr positiv auf uns wirken, kann bei manchen natürlich auch eher das Gegenteil eintreten. Die Autorin schlägt bei vielen der Rezepte naturreine Öle vor (also solche, die zu 100% aus der namensgebenden Pflanze gewonnen werden). Wer beim Kauf ätherischer Öle zudem auf Qualität (etwa das g&a-Zeichen) achtet und völlig auf künstliche Aromen verzichtet, kann gegenteilige Wirkungen vermeiden.

Die Seifenrezepte sind nicht zum selbst sieden, sondern werden mit Seifenflocken oder Gießseife hergestellt. Teilweise kommen, wie bereits erwähnt, Farbstoffe zum Einsatz. Das in den Duschbädern vorgeschlagene Betain ist ein mildes Waschtensid, das universell für alle Hauttypen geeignet ist. Hier finden auch natürliche Geldbildner Anwendung.

Während das Durchblättern des Buches zum Nachmachen verführt, birgt das Nachmachen der Rezepte Suchtpotenzial. Vermutlich werden mich bald alle verfluchen, wenn ich mit neuen Seifenstückchen oder Badesalzen ankomme. Doch probieren lohnt. Meine persönlichen Favoriten sind die frischen Zitruskugeln und die Honig-Hafermilchkugeln, die ich praktischerweise mit der Hand formen kann. Auch die im Buch enthaltenen Massageöle habe ich samt und sonders angemischt und ausprobiert. Das Echo war durchweg positiv.

Die Zutatenlisten sind nicht sehr groß, sodass sowohl für größere als auch kleinere Geldbeutel entsprechende

Anregungen dabei sind. Die Zutaten insgesamt sind leicht erhältlich. Man findet sie teilweise im eigenen Haushalt (inkl. Garten oder Balkon) und der Natur, aber auch in Apotheken, teils in Supermärkten oder Drogerien und teils in Bastelgeschäften oder dem Internet. Die Anleitungen selbst sind in aller Kürze anschaulich und leicht nachvollziehbar beschrieben. Insgesamt betrachtet sind sie auch gut dazu geeignet, sie mit Kindern zusammen umzusetzen.

Ich bin mir nicht sicher, ob ich glücklich darüber wäre, wenn das Buch bezüglich der Anregungen dicker ausgefallen wäre (einfach weil mein Bekannten-, Freundes- und Verwandtenkreis dann doch zu klein ist). Worüber ich mir jedoch sicher bin, ist die liebevolle Gestaltung des Buches. Die darin enthaltenen Anregungen werde ich künftig mit Sicherheit noch öfter nachmachen. Was mir persönlich jedoch ein wenig fehlt, ist eine Beschreibung der Wirkung der verwendeten Düfte. Das hätte das Ganze perfekt abgerundet.

Copyright ©, 2013 Antje Jürgens (AJ)

8 von 10 Sternen

Vorgeschlagen von Ati
[07. März 2013]